

Gentile Direttore, Le scrivo in merito all'articolo **"Troppe poppate fanno male"** pubblicato a pag. 27 del suo giornale il 15 gennaio.

Sono prima di tutto una mamma che allatta. Sono anche una psicologa perinatale, mi occupo cioè, di gravidanza, parto e allattamento.

In qualità di psicologa non mi permetto di commentare la notizia relativa allo studio del British Medical Journal, in quanto ci saranno certamente medici e ricercatori che la valuteranno. Invece, riguardo al commento all'articolo manifestato dal Professor Giuseppe Ferrari, Primario Emerito della divisione di Pediatria e Neonatologia ed ex Direttore del Dipartimento Materno Infantile dell'Ospedale Mauriziano di Torino, sento il dovere professionale di esprimermi.

Prima di tutto l'uso del termine "talebano" rimanda ad immagini, situazioni e problematiche in cui certo non c'entrano le mamme. I talebani, uccidono le persone in nome di un ideale religioso, le mamme, che allattino o meno, donano la vita alle loro creature.

In secondo luogo, questo commento rimanda alla solita grossa mancanza delle nostre Università italiane: non esiste formazione sufficiente sul tema dell'allattamento al seno. Non mi risulta infatti, che nelle Scuole di Specializzazione di Pediatria, siano compresi gli aspetti psicologici dell'allattamento al seno né riguardo alle mamme, né riguardo ai bambini. Perciò quello che afferma il Professore è una Sua opinione che non trova conferma scientifica, né tantomeno antropologica o etnopediatrica.

Inoltre, penso che sia giunto il momento di definire il campo di azione delle figure professionali che ruotano intorno alle neo-mamme. Io sono psicologa e non mi permetto di dare consigli medici alle mamme così come mi piacerebbe che un giorno i pediatri svolgessero il loro ruolo di tutela della salute dei bambini senza strabordare nei consigli psicologici. Perché non lavorare piuttosto tutti insieme per tutelare la salute delle famiglie, unendo le reciproche competenze per offrire un'assistenza a 360°, multidisciplinare e soprattutto condivisa, alle famiglie?

Ed eccoci al nocciolo della questione: le mamme ovviamente, credono a ciò che i medici dicono. Sempre di più delegano il loro ruolo di madri, trascurando le proprie potenzialità e non tenendo sufficientemente conto del proprio istinto, perché percepiscono i medici come molto più esperti di loro. Pensano di sbagliare se "sentono" di andare contro i dettami della nostra cultura che si può definire una cultura "a basso contatto", dove è considerata una "brava mamma" quella che tiene il suo bambino a distanza, quella che non cede ai ricatti del suo piccolo tiranno che chiede di essere allattato a richiesta per molti mesi, così come ogni cucciolo d'uomo chiede da centinaia di migliaia di anni, indipendentemente dalla nazione, cultura o società in cui nasce e cresce.

Esclusivamente perché questo è un comportamento universale della specie umana cioè scritto nel codice genetico di ogni nuova vita che nasce. L'allattamento al seno è quindi, la norma biologica per ciascun mammifero, nessun vantaggio, svantaggio, danno, beneficio, è normale come il sole che nasce la mattina. Le donne che non possono allattare sono inferiori al 5% delle mamme. Molte non allattano, o interrompono precocemente l'allattamento perché non hanno facile accesso ad informazioni sicure e aggiornate né riescono a trovare figure professionali che le sostengano adeguatamente.

Negli ultimi anni sono state rese note linee guide mondiali sull'allattamento molto chiare che però non tutti i pediatri conoscono e applicano. La ricerca riportata in questo articolo, mette in dubbio che l'allattamento esclusivo debba essere tale fino al sesto mese compiuto dei bambini, non parla affatto dei presunti danni psicologici di cui il Professore accusa le mamme. Anzi le mamme chiaramente, siccome credono ai medici commentano: "E fino ad ora cosa ci avete detto? Fino ad ieri ci avete raccontato balle?" Come non capire che con questo atteggiamento di gerarchia medici-mamme i primi non fanno che perdere di credibilità? Come non capire anche le mamme si sono stufate di essere in balia degli esperti? In realtà, chi studia e conosce bene la fisiologia dell'allattamento al seno sa che esiste un range di età compresa tra i 4 e i 9 mesi di vita in cui un

bambino dimostra interesse verso il cibo della famiglia. È evidente che non è il giorno in cui il bambino compie sei mesi l'unico possibile per iniziare l'alimentazione complementare. Si tratta di un processo graduale e con variabilità individuale. Ogni bambino è diverso da un altro e forse è anche questo uno dei modi di interpretare la notizia apparsa nell'articolo. Quindi sostanzialmente, bisogna approfondire e aspettare ulteriori ricerche.

Quello che da mamma e da psicologa mi chiedo è questo: perché cogliere ogni occasione per prendersela con le mamme? Perché dare l'ennesima bastonata a donne che scelgono magari con fatica ma anche con soddisfazione di allattare i propri bambini come espressione di un atto d'amore intimo e privato, su cui nessun dottore ha il diritto di interferire? Lo affermava anche Donald Winnicott, pediatra e psicologo *"Accadrà spesso che persone sconsiderate cerchino di insegnarvi come fare le cose che voi siete in grado di fare meglio di quanto chiunque possa mai insegnarvi a fare. Se siete convinte di ciò, potete anche cominciare ad aumentare la vostra capacità di madri imparando da sole le cose che possono esservi insegnate. È mia opinione che non ci sia bisogno di dire alle madri che cosa devono fare o come devono essere. Ciò che possiamo fare è non interferire."*

Allora se vogliamo aiutare le mamme: rispettiamo le scelte, diamo loro sicurezza fornendo informazioni corrette e aggiornate, invece di fornire indicazioni contraddittorie, facciamo politiche sociali che considerino anche i loro bisogni affettivi e quelli dei bambini, aiutiamole a sentirsi capaci di cavarsela da sole ricorrendo agli esperti solo quando necessario e non per sentirsi dire come devono allevare i loro bambini. Non creiamo loro sensi di colpa totalmente infondati solo perché una certa cultura le vuole consumatrici, produttive e scattanti subito dopo il parto. Non interferiamo nella loro capacità millenaria di dare la vita, nutrire e crescere le loro creature con buon senso e con libertà di scelta. Le mamme, caro Direttore e caro Professore Emerito, sono spesso sole. Non c'è più la famiglia patriarcale di una volta che le accudisce e le protegge tanto quanto loro fanno coi propri piccoli. Sovente devono tornare al lavoro quando sentono che è troppo presto e soffrono molto per questo. Le mamme si informano, leggono, vanno su internet, si confrontano fra loro e spesso si sentono molto poco sostenute dalla categoria dei medici pediatri. Le mamme hanno bisogno di esperti che prendano posizioni univoche, non di sentirsi dire cose sempre diverse da esperti diversi, magari pagando parcelle salatissime. In ogni caso le mamme vanno rispettate qualsiasi scelta facciano sull'allattamento come sul sonno dei loro bambini e su tutti gli altri argomenti inerenti la puericultura. Le mamme, infine, non sono sostituibili da nessun esperto, tanto arriverà sempre una ricerca che metterà in dubbio la precedente, mentre di mamma ce n'è una sola, per fortuna!

Dott.ssa **Alessandra Bortolotti**

Psicologa Perinatale

Autrice del libro *"E se poi prende il vizio?"* Il Leone verde, 2010.

Ideatrice e curatrice del sito www.psicologiaperinatale.it